

**PENGUNAAN MODEL PEMBELAJARAN *RECIPROCAL* UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN MERODA PADA
OLAHRAGA SENAM LANTAI SISWA
SMPN 2 POLEWALI**

Nur fadila

*Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Makassar*

ABSTRAK

Nur Fadila, 2019 (*Penggunaan Model Pembelajaran Reciprocal Untuk Meningkatkan Keterampilan Meroda Pada Olahraga Senam Lantai Siswa SMPN 2 Polewali. Skripsi fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri makassar* Dibimbing oleh Hj.Hasmyati (selaku pembimbing 1) dan Juhanis (selaku pembimbing II)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Penggunaan Model Pembelajaran Reciprocal Dapat Meningkatkan Keterampilan Meroda Pada Olahraga Senam Lantai Siswa SMPN 2 Polewali.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Polewali, Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII.2 dengan jumlah siswa 30 orang. sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII.2 dengan jumlah siswa 30 orang (*Total Sampling*). Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas, dengan *Pre Test*, Tes Siklus I, Tes Siklus II

Dengan Penggunaan Model Pembelajaran Gaya *Reciprocal* dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi pembelajaran senam lantai meroda pada siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Polewali.

Kata Kunci : Gaya *Reciprocal*, Meroda, Senam lantai

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu bentuk perwujudan kebudayaan manusia yang dinamis dan sarat perkembangan, karena itu perubahan atau perkembangan dalam proses pembelajaran sebagai bagian dari Pendidikan adalah hal yang memang seharusnya terjadi sejalan dengan perubahan yang terjadi dalam suatu kehidupan. Perubahan dalam arti perbaikan proses pembelajaran pada semua tingkat perlu terus menerus dilakukan sebagai antisipasi kepentingan masa depan. Pemikiran ini mengandung konsekuensi bahwa perbaikan proses pembelajaran khususnya Pendidikan sekolah menengah atas untuk mengantisipasi kebutuhan dan tantangan masa depan perlu terus menerus dilakukan, diselaraskan dengan perkembangan kebutuhan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK).

Merujuk pada penjelasan Pasal 15 Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan nasional yang berakar pada kebudayaan bangsa Indonesia, Pancasila dan Undang-undang Dasar 1945. Mempunyai tujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa serta mengusahakan dan menyelenggarakan satu sistem pendidikan nasional yang diatur oleh Undang-undang. Sistem Pendidikan Nasional merupakan keseluruhan komponen pendidikan yang saling terkait secara terpadu untuk mencapai tujuan Pendidikan Nasional yaitu tercapainya mutu Pendidikan. Upaya peningkatan mutu Pendidikan telah dilakukan, baik melalui pengembangan mutu pengajar, penyelenggaraan Pendidikan serta pembangunan berbagai fasilitas penunjang proses Pendidikan. Upaya-upaya tersebut ternyata belum menghasilkan perubahan secara nyata (Lilia Sari : 1977). Oleh karena itu masih perlu upaya dilakukannya pengembangan model pembelajaran dalam berbagai aspek.

Kurikulum Pendidikan Jasmani harus dapat memberikan pengalaman belajar secara sadar melalui aktivitas jasmani, dimana siswa dapat mengembangkan konsep, keterampilan dan

sikap yang perlu untuk kehidupan yang sehat dan produktif (Dongherty dan Bonano, 1979). Jika program Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari kurikulum Pendidikan secara keseluruhan, maka harus dapat merangsang ketiga domain tujuan Pendidikan yaitu domain kognitif, domain afektif dan domain psikomotor (Benyamin S. Bloom, 1956).

Pendidikan jasmani dan kesehatan berperan juga dalam membangun karakter siswa. Kegiatan olahraga terutama sangat bagus dalam menyalurkan dan mengembangkan potensi siswa. Potensi siswa tersebut antara lain bakat, motivasi, kerjasama satu tim, kerja keras, rasa menghargai sebuah keberhasilan dan bagaimana menghadapi kekalahan. Hal ini menunjukkan bahwa pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dapat memberikan manfaat yang sifatnya menyeluruh baik fisik maupun mental pada siswa. Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, ketrampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai - nilai (sikap mental – emosional – sportivitas - spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Proses Pendidikan jasmani disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak, baik disesuaikan dengan tingkat perkembangan fisiologis, psikologis, maupun sosial anak tanpa terlepas dari tujuan Pendidikan yang telah ditentukan. Siswa cenderung melakukan gerak dalam pelajaran pendidikan jasmani, hanya pada saat guru memperhatikan ataupun disaat ada tugas untuk melakukan suatu latihan, itupun terbatas pada tugas yang diberikan, tanpa adanya usaha untuk melatih ketrampilan gerak, sehingga lebih baik atau luwes dalam melakukan suatu teknik gerakan.

Mengajar adalah suatu proses pengetahuan atau ketrampilan dari seorang guru kepada siswanya. Substansi ruang pengajaran tidak hanya

mencakup Pengetahuan tetapi juga ketrampilan dalam pengertian luas yaitu ketrampilan untuk hidup/life skill, nilai dan sikap. Oleh karena itu Gagne (1977) mendefinisikan belajar sebagai suatu proses perubahan tingkah laku yang meliputi perubahan kecenderungan manusia seperti sikap, minat, atau nilai dan perubahan kemampuannya yaitu peningkatan kemampuan untuk melakukan performance atau kinerja. Perubahan tingkah laku tersebut harus dapat bertahan dalam jangka waktu tertentu. Belajar pada dasarnya dapat dipandang sebagai suatu proses perubahan positif kualitatif yang terjadi pada tingkah laku siswa sebagai subyek didik akibat adanya peningkatan pengetahuan, ketrampilan, nilai, sikap, minat, apresiasi, kemampuan berfikir logis dan kritis, kemampuan interaktif dan kreatifitas yang telah dicapainya.

Proses belajar berlangsung efektif jika faktor internal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal (dari luar diri siswa) diperhatikan oleh setiap guru. Faktor internal meliputi bakat, kecerdasan (intelektual, emosional, dan spiritual), minat, motivasi, sikap dan latar belakang sosial dan budaya. Faktor eksternal meliputi tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, strategi dan metode pembelajaran, media pembelajaran/alat peraga, pengorganisasian kelas, reinforcement (penguatan) yang digunakan guru, iklim sosial dalam kelas, waktu yang tersedia, sistem dan teknik evaluasi, pandangan dan sikap guru terhadap siswa dan upaya guru untuk menangani kesulitan belajar siswa.

Berkaitan dengan proses pembelajaran maka perlu adanya pendekatan, strategi pembelajaran yang tepat di dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani. Banyak model pembelajaran yang dikembangkan oleh para ahli, bahkan beberapa orang guru telah mengembangkan dalam rangka meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah. Model pembelajaran yang bervariasi akan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi siswa, serta hasil belajar dapat memberi makna yang berguna bagi siswa itu sendiri, selain dari pada itu dapat memotivasi bagi guru untuk meningkatkan

profesionalisme dalam hal pembelajaran. Bahwa tidak ada satu model pembelajaran yang lebih baik dibandingkan model pembelajaran yang lain. Model pembelajaran yang terbaik adalah yang paling sesuai dengan karakteristik peserta didik, tujuan, materi ajar, alat / media, waktu yang tersedia, situasi dan kondisi.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di sekolah bahwa, selama ini guru penjas kes dalam mengajar hanya menggunakan model pembelajaran konvensional akibatnya hanya sebagian siswa yang melakukan gerakan. Tentang hasilnya hanya begitu – begitu saja artinya tidak ada perubahan yang signifikan serta membutuhkan waktu yang lama untuk mencapai hasil yang maksimal. Sementara itu ada model pembelajaran yang menurut peneliti baru, meski model pembelajaran tersebut sebetulnya adalah model yang dapat meningkatkan keterampilan dasar siswa dalam pembelajaran penjas dan juga model pembelajaran ini adalah model pembelajaran yang menggabungkan dari model pembelajaran yang ada dengan penambahan sedikit dan pendekatan yang lebih humanis yaitu model pembelajaran timbal balik atau reciprocal. Model pembelajaran timbal balik atau reciprocal ini adalah suatu model pembelajaran yang mengutamakan adalah dialog antara guru dengan murid, antara murid dengan murid, dan dalam dialog tersebut adanya komunikasi dua arah artinya saling memberi masukan atau pendapat dari suatu kegiatan, sehingga posisi antara guru dan murid disini seimbang atau sejajar.

Senam adalah “kegiatan utama yang paling bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak” (Muhajir, 2014:197). Menurut Muhajir dan Sutrisno (2013:139) senam dapat di artikan sebagai “setiap bentuk pembelajaran fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan_gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu”.

Senam adalah salah satu cabang olahraga yang mengandalkan aktivitas, baik sebagai olahraga sendiri maupun untuk cabang olahraga

lain. (Nurdini,2013:55). Senam adalah ”gerak badan dengan gerakan tertentu,seperti menggeliat, menggerakkan, dan meregangkan anggota badan”(Daryanto, 1998:522). Sementara itu menurut Prasetyo (2015:2) senam merupakan “suatu cabang olahraga yang membutuhkan kelentukan dan koordinasi yang baik antara anggota tubuh”.

Senam lantai adalah “satu dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah lantai, gerakan-gerakan/bentuk latihannya di lakukan di lantai. jadi, lantai/matraslah yang merupakan alat yang di pergunakan” (Muhajir, 2014:197). Menurut Nurdini (2013:56) senam lantai yaitu “latihan gerakan dengan berbagai variasi gerakan, antara lain guling ke depan,guling ke belakang, guling lenting, loncat harimau, meroda, dan lenting tangan.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat di simpulkan bahwa senam adalah suatu kegiatan yang mengandalkan aktifitas fisik yang bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak yang disusun secara sistematis dan terencana untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Gerakan meroda menurut Roji dan Yulianti (2014:126) merupakan suatu gerakan memutar badan dengan sikap awal menyamping arah gerakan dan tumpuan berat badan ketika berputar menggunakan kedua tangan dan kedua kaki terbuka lebar

Meroda menurut Suyati dkk dalam Widodo (2011 : 4) adalah suatu gerakan ke samping pada saat bertumpu atas ke dua tangan dengan kaki terbuka lebar seperti gerakan kangkang.

TINJAUAN PUSTAKA

Kajian teori merupakan acuan atau sebagai landasan teori yang erat kaitannya dengan permasalahan dalam suatu penelitian. Teori-teori yang dikemukakan di sini adalah teori atau konsep yang berkaitan dengan variabel-variabel penelitian. Teori atau konsep ini merupakan

pikiran-pikiran dasar yang melandasi kerangka argumentasi suatu penelitian. Teori yang di kemukakan diharapkan menjadi penuntun pemecahan masalah dan menemukan jawaban yang dapat di andalkan.

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran di sekolah memiliki peran yang relative besar terhadap perkembangan perilaku siswa seperti aspek kognitif, afektif, dan khususnya aspek psikomotorik. Lutan (2006:6) menjelaskan bahwa : “ istilah pendidikan jasmani (physical education) merupakan suatu kegiatan yang bersifat mendidik dengan memanfaatkan kegiatan jasmani, termasuk olahraga. Dengan kata lain, pendidikan jasmani adalah pendidikan.” Dari penjelasan tersebut, maka pendidikan jasmani dapat di artikan sebagai pembu atan mendidik tubuh atau badan dengan sengaja untuk mencapai tujuan tertentu.

Pendidikan jasmani mempunyai kedudukan yang sama dengan mata pelajaran lainnya, dan dikategorikan sebagai mata pelajaran yang wajib di ikuti oleh semua siswa. Pendidikan jasmani memberikan dasar-dasar pengetahuan dan keterampilan dalam bidang olahraga dan kesehatan, juga memberikan peluang bagi siswa untuk mengembangkan dirinya, agar mencapai suatu prestasi dalam berbagai cabang olahraga. Selain itu, pendidikan jasmani juga berperan untuk membina kerja sama, pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah yang menekankan pada aktivitas jasmani siswa.

Menurut H.J.S Husdarta (2009:3) dijelaskan bahwa pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah suatu bidang ilmu yang memiliki kajian yang luas.

Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjaskes berkaitan dengan hubungan gerak antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya, hubungan dari perkembangan tubuh –fisik dan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani dan kesehatan yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Berdasarkan pandangan holistik yang di kemukakan oleh jawatan (1960) yang di kutip Seherman (2003:3) bahwa “pendidikan bentuk, isi, dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan.”

Berdasarkan penjelasan dan pandangan pakar tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang kondusif dimana siswa di bantu untuk mewujudkan dirinya sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal dalam mencapai taraf kedewasaan tertentu. Selain itu, pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindakan dan kemampuan gerak menuju kebulatan pribadi yang seutuhnya. Dengan demikian, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, siswa diarahkan untuk dibina guna menjalankan pola hidup sehat. Selain itu juga melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keteampilan berolahraga. Maka, pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh yang direncanakan dengan sistematis dan mencapai tujuan pendidikan nasional.

Hakikat pembelajaran

Kegiatan pembelajaran di sekolah dalam bentuk penyajiannya dengan adanya keterlibatan antara guru dan peserta didik, Menurut Dimyanti, dkk.(1994:1.2) bahwa “pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan

pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar “. Sama halnya dengan belajar, mengajar pun pada hakekatnya adalah suatu proses, yakni proses mengatur, mengorganisir lingkungan yang ada di sekitar siswa hingga menumbuhkan dan mendorong siswa melakukan kegiatan belajar.

Pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, walaupun mempunyai konotasi yang berbeda. Roijakkers (1989) dalam Wasis Munandar (2012: 10), mengatakan bahwa “dalam setiap usaha pengajaran atau mengajar sebenarnya ingin menumbuhkan atau menyempurnakan pola laku”. Dalam konteks pendidikan yang di maksud usaha untuk mencapai penyempurnaan pola laku tersebut di artikan bahwa guru mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu tujuan yang di tentukan seperti meningkatkan pengetahuan (ranah kognitif), juga dapat mempengaruhi perubahan sikap (ranah efektif), serta keterampilan (ranah psikomotor) peserta didik. Dengan demikian pengajaran memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan guru saja. Sedangkan pembelajaran juga menyiratkan adanya interaksi antara guru dan peserta didik.

Pembelajaran mengandung 5 konsep yakni interaksi, peserta didik, pendidik, sumber belajar dan lingkungan belajar. Menurut pasal 1 butir 4 UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang dan jenis pendidikan tertentu.

Pembelajaran merupakan kegiatan yang di lakukan untuk menginisiasi, memfasilitasi dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Oleh karena itu pembelajaran merupakan upaya sistimatis dan sistimatik untuk menginisiasi, memfasilitasi dan meningkatkan proses belajar serta hasil belajar tersebut. Pembelajaran harus menghasilkan belajar, tetapi tidak semua proses belajar terjadi karena

pembelajaran. Proses belajar terjadi juga dalam konteks interaksi sosio-kultural dalam lingkup masyarakat (Udin S. Winata Putra, (2007:18).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah kegiatan yang dilakukan untuk menginisiasi, memfasilitasi, meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Dalam konteks penjasorkes, pembelajaran yang disajikan dalam bentuk : cerita, bentuk bermain, bentuk pemberian tugas, bentuk pelajaran dan latihan, bentuk lomba, bentuk komando, bentuk meniru, bentuk gerak dan lagu, serta bentuk modifikasi.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Istilah dalam bahasa Inggris adalah (*Classroom Action Research*). Yaitu sebuah kegiatan penelitian yang dilakukan di kelas. Menurut Suharsimi Arikunto, Dkk. (dalam bukunya yang berjudul *Penelitian Tindakan Kelas*, 2006: 58) mengemukakan bahwa “Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian tindakan (*action research*) yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktek pembelajaran di kelasnya”. Dalam bukunya Pelatihan. PTK Sebagai Sarana Peningkatan Mutu Pembelajaran bahwa “Kegiatan penelitian berangkat dari permasalahan riil yang dihadapi oleh guru dalam proses belajar mengajar, kemudian direfleksikan alternatif pemecah masalahnya dan ditindak lanjuti dengan tindakan-tindakan nyata yang terencana dan terukur”.

Lokasi dan Waktu Penelitian

a. Lokasi Penelitian

Tempat penelitian akan dilakukan di SMPN 2 Polewali yang terletak di JL. Durian No. 7 Polewali, Sulawesi Barat.

b. Waktu Penelitian

Waktu Penelitian dilaksanakan pada semester genap, pada siswa kelas VIII Index 2 tahun ajaran 2019/2020.

Subjek Penelitian

a. Populasi Penelitian

Populasi merupakan sekumpulan individu yang memiliki sifat-sifat yang hampir sama menjadi objek penelitian yang akan membantu dalam usaha memperoleh data untuk menguji kebenaran dalam hipotesis penelitian ini. Berdasarkan hal tersebut yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII Index 2.

b. Sampel Penelitian

Sampel penelitian yang digunakan adalah siswa SMPN 2 Polewali dan siswa dalam satu kelas sebanyak 30 orang dari kelas kelas VIII Index 2 SMPN 2 Polewali.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Selanjutnya hasil belajar siklus I ini digunakan sebagai acuan dalam memberikan tindakan pada siklus II untuk mengatasi kesulitan siswa dalam mempelajari teknik gerak dasar.

Berdasarkan hasil observasi pada siklus I, peneliti masih perlu memberikan motivasi dan penguatan kepada siswa untuk mendukung terlaksananya pembelajaran dengan baik. Pada pelaksanaan kegiatan, siswa masih mengalami kesulitan dalam hal gerak pada saat penempatan tangan pertama di lantai dan sikunya masih miring. Siswa masih memerlukan tambahan waktu lagi dalam memahami gerakan tersebut. Kesulitan siswa tersebut terutama pada saat melakukan sikap pelaksanaan dalam pembelajaran teknik dasar meroda pada olahraga senam lantai.

Adapun permasalahan yang muncul dalam pelaksanaan tindakan pada siklus I dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Siswa masih kesulitan dalam melakukan gerakan *meroda* ini karena ia merasa itu sangat sulit untuk dilakukan.

b. Masih banyak siswa yang belum terlalu memahami tahap-tahap gerakan meroda.

c. Hasil belajar siswa pada tes siklus I ini masih rendah, hal ini terlihat dari nilai rata-rata yang diperoleh siswa pada hasil belajar tes siklus I siswa yaitu 8,9.

Berdasarkan hasil refleksi pada siklus I tersebut, maka perlu dilakukan tindakan untuk mengatasinya berupa peningkatan pembelajaran meroda pada olahraga senam lantai melalui pembelajaran bermain serta latihan, sehingga siswa menjadi lebih bersemangat dalam belajar.

1. Hasil Pelaksanaan Siklus II

Tindakan yang peneliti lakukan adalah Penerapan Model Pembelajaran Gaya *Reciprocal* Untuk Meningkatkan Keterampilan Meroda Pada Olahraga Senam Lantai Siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Polewali.

Teknik meroda Pada Siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Polewali. Berikut adalah proses pelaksanaan siklus II yang dimulai dari tahap perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi.

Guna meningkatkan hasil belajar siswa, pada kegiatan peneliti melakukan pengamatan/observasi kepada siswa selama pembelajaran berlangsung, sehingga dengan pengamatan terhadap siswa peneliti mampu melakukan pembelajaran dengan baik dan tepat. Pembelajaran yang dilakukan seperti pada siklus I. Pada akhir siklus dilakukan tes siklus II untuk melihat hasil belajar yang diperoleh siswa.

Dengan memperhatikan hasil di atas dapat dilihat bahwa analisis kemampuan gerakan meroda siswa pada siklus II ternyata hasilnya lebih baik dari siklus I, dan peningkatan ketuntasan belajar siswa telah cukup signifikan namun guru penjas harus tetap memberikan bimbingan selanjutnya.

Selanjutnya hasil belajar siklus II ini digunakan sebagai acuan dalam memberikan

tindakan pembelajaran teknik dasar meroda pada olahraga senam lantai dan bagi guru penjas di SMP Negeri 2 Polewali.

Berdasarkan hasil observasi pada siklus II, peneliti masih perlu memberikan motivasi dan penguatan kepada siswa untuk mendukung terlaksananya pembelajaran dengan baik. Pada pelaksanaan kegiatan, siswa telah memahami teknik dasar meroda pada olahraga senam lantai dan telah mengetahui cara-cara memperbaiki kesalahan gerakan yang mereka lakukan. Pembelajaran bermain perlu lebih diintensifkan lagi, yaitu melalui peningkatan kualitas sarana prasarana dan sumber daya manusia yang lebih baik lagi serta latihan.

Adapun kesulitan-kesulitan yang terjadi dalam pelaksanaan tindakan pada siklus II dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Peneliti telah mampu mengelola dan melaksanakan kegiatan belajar siswa dan menjelaskan teknik dasar meroda pada olahraga senam lantai, namun perlu lebih diintensifkan lagi pada proses pembelajaran selanjutnya oleh guru Pendidikan Jasmani. Hal ini berdasarkan pada data hasil belajar pada siklus II.
2. Sebagian besar siswa sudah mampu menguasai teknik dasar meroda pada olahraga senam lantai.

Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil *Pre Test* yang diperoleh siswa dengan melakukan gerakan Meroda, masih belum bisa mencapai kriteria ketuntasan dalam melakukan gerakan Meroda karena pengetahuan akan teknik gerakan Meroda, serta cara melakukan gerakan Meroda yang masih keliru dalam melakukan gerakan tersebut sehingga perlu perlakuan agar terjadi peningkatan teknik gerakan Meroda siswa dalam melakukan meroda.

Hasil tes siklus I yang diperoleh siswa menunjukkan bahwa kemampuan teknik gerakan Meroda pada senam lantai siswa masih rendah. Hal ini dapat terjadi karena proses pembelajaran

yang dilaksanakan oleh guru penjas selama ini masih kurang maksimal. Karena itulah peneliti menyimpulkan perlunya pembelajaran gaya *Reciprocal*. Hasil siklus I menunjukkan bahwa jumlah siswa yang sudah memiliki ketuntasan belajar gerak dasar masih rendah. Hal inilah yang perlu dicermati oleh guru, guru harus bisa memahami setiap perbedaan siswanya, namun guru harus tetap berusaha agar persentase siswa yang tuntas belajar gerak dasar terus meningkat. Analisis kemampuan gerakan dasar gerakan Meroda siswa pada senam lantai siswa pada tes siklus I ternyata belum cukup maksimal, sehingga perlu dilanjutkan ke pelaksanaan siklus II, hal ini dapat dilihat dari kendala-kendala yang peneliti ditemukan dalam selama proses pembelajaran.

Pelaksanaan tindakan dalam bentuk siklus 1 dilakukan dengan beberapa alasan, yaitu karena masih rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan gerakan Meroda pada senam lantai dan diperlukan kegiatan belajar gerakan teknik gerakan Meroda secara maksimal. Sebagian besar siswa masih memiliki kemampuan gerakan dasar teknik gerakan Meroda yang rendah. Pada hasil tes secara berpasangan adalah gerakan kaki saat di udara belum sempurna menjadi kendala utama, sehingga masih banyak siswa yang belum tuntas belajarnya. Guru Penjas juga masih jarang memperaktekannya pada siswa, sehingga kemampuan siswa untuk melakukan gerakan Meroda masih rendah.

Hal inilah yang peneliti perbaiki dalam pelaksanaan siklus II, sebelum pelaksanaan siklus II, peneliti bersama dosen pembimbing dan teman-teman fakultas ilmu keolahragaan memberikan pengarahan lebih jelas mengenai teknik dasar gerakan Meroda pada senam lantai dan komponen-komponen tes yang akan dilaksanakan. Selain itu waktu dan kualitas pemanasan pada pelaksanaan siklus II ditingkatkan.

Hasil tindakan pembelajaran pada siklus II ternyata hasilnya cukup baik, hal ini dapat dilihat dari telah banyaknya siswa yang dapat menguasai

teknik dasar gerakan Meroda dengan baik, sebagian besar siswa sudah mampu melakukan tes secara berpasangan dengan baik. Hasil tes siklus II belum seluruhnya siswa memiliki ketuntasan belajar gerak dasar, menurut analisis peneliti hal ini disebabkan siswa tersebut masih memerlukan tambahan waktu yang lebih untuk menguasai gerakan tersebut. Dengan tambahan waktu dan kemauan mengadakan latihan-latihan di luar jam pelajaran, peneliti yakin siswa tersebut akan memperoleh hasil yang lebih baik lagi.

Berdasarkan hasil penelitian berupa *Pre Test*, siklus I, Siklus II dalam proses pembelajaran gaya *Reciprocal*, ternyata telah diperoleh peningkatan hasil belajar siswa secara signifikan. Hal ini dapat dilihat dari meningkatnya nilai Persentase Ketuntasan Klasikal (PKK) serta nilai rata-rata hasil belajar siswa. Hasil tes siklus II ternyata Nilai PKK yang diperoleh siswa kelas VIII index 2 telah mencapai 9,63(Tuntas).

Ketuntasan belajar merupakan proses belajar mengajar yang bertujuan agar bahan ajar dikuasai secara tuntas, artinya dikuasai sepenuhnya oleh siswa. Ketuntasan belajar teknik dasar gerakan Meroda pada senam lantai dicirikan oleh adanya perbedaan individu terutama dalam hal kemampuan dan kecepatan belajarnya dalam hal ini seorang guru harus benar-benar tahu kemampuan masing-masing dari anak didiknya sehingga dalam mengajar guru perlu tahu apa yang harus dilakukan untuk menghadapi anak yang pintar, yang sedang-sedang saja, maupun anak yang kemampuannya di bawah rata-rata.

Ketuntasan belajar dalam penelitian ini menggunakan pendekatan persentase hasil belajar, dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan hasil belajar siswa pada setiap fase-fase tindakan yang dilakukan. Dalam kenyataannya peneliti menemukan bahwa kemampuan siswa itu berbeda-beda, sehingga siswa yang satu berbeda dengan siswa yang lain dalam hal penguasaan teknik. Hal inilah yang perlu dicermati oleh guru. Guru harus bisa memahami setiap perbedaan siswanya dalam

memberikan materi pelajaran, sehingga bisa ditingkatkan kualitas pembelajaran.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Dengan Penggunaan Model Pembelajaran Gaya *Reciprocal* dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi pembelajaran senam lantai meroda pada siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Polewali.

Saran

Bertolak dari hasil penelitian dan kesimpulan, maka ada hal-hal yang perlu dipertimbangkan dan disarankan, yaitu:

1. Sangat perlunya memperhatikan kemampuan awal siswa sebelum mengadakan pembelajaran agar dapat memilih tindakan yang tepat bagi siswa pada saat pembelajaran, karena salah satu penyebab tidak berhasilnya pencapaian tujuan program pengajaran yang direncanakan adalah kurangnya pengetahuan untuk memilih yang akan digunakan sehingga anak didik tidak dapat mencapai tujuan pengajar.
2. Aktifitas belajar siswa sangat perlu diperhatikan untuk memfokuskan siswa pada pembelajaran.
3. Kepada Mahasiswa FIK UNM yang ingin melakukan penelitian selanjutnya. Hendaknya dijadikan sebagai bahan rujukan bagi para peneliti selanjutnya dengan tema yang hampir sama.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Mahendra. (2001). Pembelajaran Senam Di Sekolah Dasar. Jakarta:Departemen Pendidikan Nasional.

Suharsimi Arikunto, dkk. (2006) (a). Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta:Bumi Aksara

Wuryati Soekarna. (1986). Teori dan Praktek Senam Dasar. Klaten: PT. Intan Pariwara.

Arikunto, Suharsimi., dkk. 2008. Penelitian Tindak Kelas. Jakarta: Bumi Aksara

Hidayat Kholiq. 2011.” Penggunaan Model Pembelajaran Reciprocal Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Permainan Bola Voli Mini Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sinom Widodo 02 Kabupaten Pati Tahun Pembelajaran 2010-2011”. Skripsi. Semarang : Uiversitas Negeri Semarang

Husdarta, J.S. 2009.Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.

Muhajir, & Sutrisno, B. 2013, Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VII. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif.

Muhajir, & Sutrisno, B. 2014, Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VII. Jakarta: Pusat Kurikulum Dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud

Muhajir. (2004). Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek SMA untuk kelas X. Jakarta: Penerbit

Roji ,& Yulianti. 2014.Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII. Jakarta: Pusat Kurikulum Dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.

Suryosubroto, 1997, proses belajar mengajar di sekolah, (Rineka Cipta, Jakarta)

Sayuti Sahara. (2003). Senam Dasar. Universitas Terbuka : Departemen Pendidikan Nasional.